Mala kulinarska iznenadenja

21736

Krumpir alla pizza	4
Tulyci od mortadele	5
Pogačice od sira	6
Salata od cvjetače	7
Gratinirani sendvič	8
Kosani odrezak »Centar«	9
Specijalitet od tune	10
Punjene rajčice	11
Punjeni šampinjoni	12
Salata od makarona	13
Čarobni zalogaj	14-15
Portugalska salata	16
Pikantna savijača	17
Jaja u umaku od šampinjona	18
Slani nabujak	19
Topli sendvič	20
Slana torta	21
Salata od riže	22
Piknik zalogaj	23
Punjeni uštipci	24
Punjena šunka	25
Medaljoni s kremom od gorgonzole	26
Kuglice od sira	27
Šarena salata	28

Narodno sveučilište grada Zagreba

CENTAR ZA EKONOMIKU DOMAĆINSTVA

Evo nas pred vama s prvom knjižicom iz naše buduće kulinarske serije »Radosti kuhinje«.

Vjerujemo, da će vam ova »slikovnica« o kuhanju i pripremanju jela biti od izuzetne pomoći.

Knjižica je namijenjena svima: kako iskusnim domaćicama, kojima treba tek poneka nova ideja, tako i onim mlađim — nedovoljno spremnim, koje se možda zbog nepotrebnog straha ustručavaju prepustiti užicima kreiranja u kuhinji. Svi recepti sastavljeni su za 4 osobe.

Prolistajte ovu knjižicu, pa ćete primijetiti, da smo se pri izboru recepata držali svih osnovnih suvremenih kulinarskih principa: brza i ekonomična priprema, raznovrsnost namirnica, te zdrava prehrana.

Isprobajte što prije ove recepte, bit ćete ugodno iznenađeni vlastitim uspjehom, a vaši gosti i ukućani oduševljeni kvalitetom ovih malih jela.

Vaš Centar

Ovu knjižicu u potpunosti je realizirala ekipa kulinarskog studija Centra za ekonomiku domaćinstva Narodnog sveučilišta grada Zagreba, Zagreb - Berislavićeva 19 - telefon 440-046.

Tisak: »Naša djeca« - Zagreb.

Krumpir alla pizza

15 dkg suhe slanine
4 dkg ulja
75 dkg krumpira
30 dkg sira (»Dimsi« ili drugog)
25 dkg rajčice
zeleni peršin, sol i papar

Na vrućem ulju popržite na kocke rezanu slaninu i krumpir u ploškama. Do polovice omekšani krumpir obložite ploškama sira i rajčica, te pospite kosanim češnjakom, peršinom i paprom. Stavite u pećnicu da se zapeče.

Poslužuje se kao toplo jelo.

Tuljci od mortadele

8 ploški salame »mortadela«
30 dkg svježeg sira
1 žličica ribanog celera
1 žličica kosanog luka
sol, peršin i vlasac

Sir vilicom dobro izmrvite, zatim dodajte luk, celer, vlasac, peršin i sol. Sve dobro izmiješajte i punite pripremljene tuljke od mortadele. Tuljci se pripremaju tako, da svaku plošku mortadele zarežete s jedne strane nožem do sredine, kako bi mogli lijepo formirati tuljak.

Na pladanj kao podlogu stavite ostatak namaza od sira i složite tuljke kao na slici.

Pogačice od sira

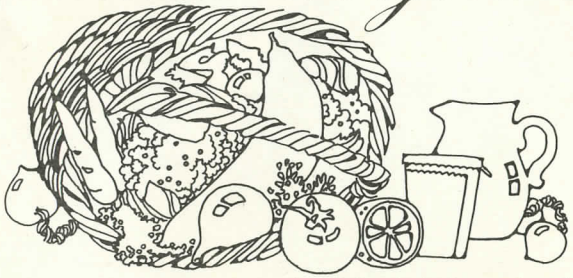
30 dkg brašna (oštro)
30 dkg margarina
30 dkg svježeg sira
1 žlica soli
kumin
1 žumanjak za premazivanje

Brašno i margarin zajedno izmrvite, dodajte sir i sol, te umijesite tijesto i ostavite u hladnjaku 2—3 sata.

Nakon toga, razvaljajte tijesto na oko 1 cm debljine i čašicom izrežite oblike. Premažite žumanjkom, pospite kuminom i stavite peći u pećnicu.

Poslužite toplo uz pivo.

Salata od cvjetače



75 dkg cvjetače
ulje, ocat, sol i papar
2 del slatkog vrhnja
senf

Cvjetaču skuhajte u slanoj vodi, ocijedite i stavite u zdjelu. Začinite uljem, octom, soli i paprom. Prije samog posluživanja prelijte slatkim vrhnjem, u koje prethodno umiješate senf.

Možete poslužiti toplo ili hladno.

Gratinirani sendvič

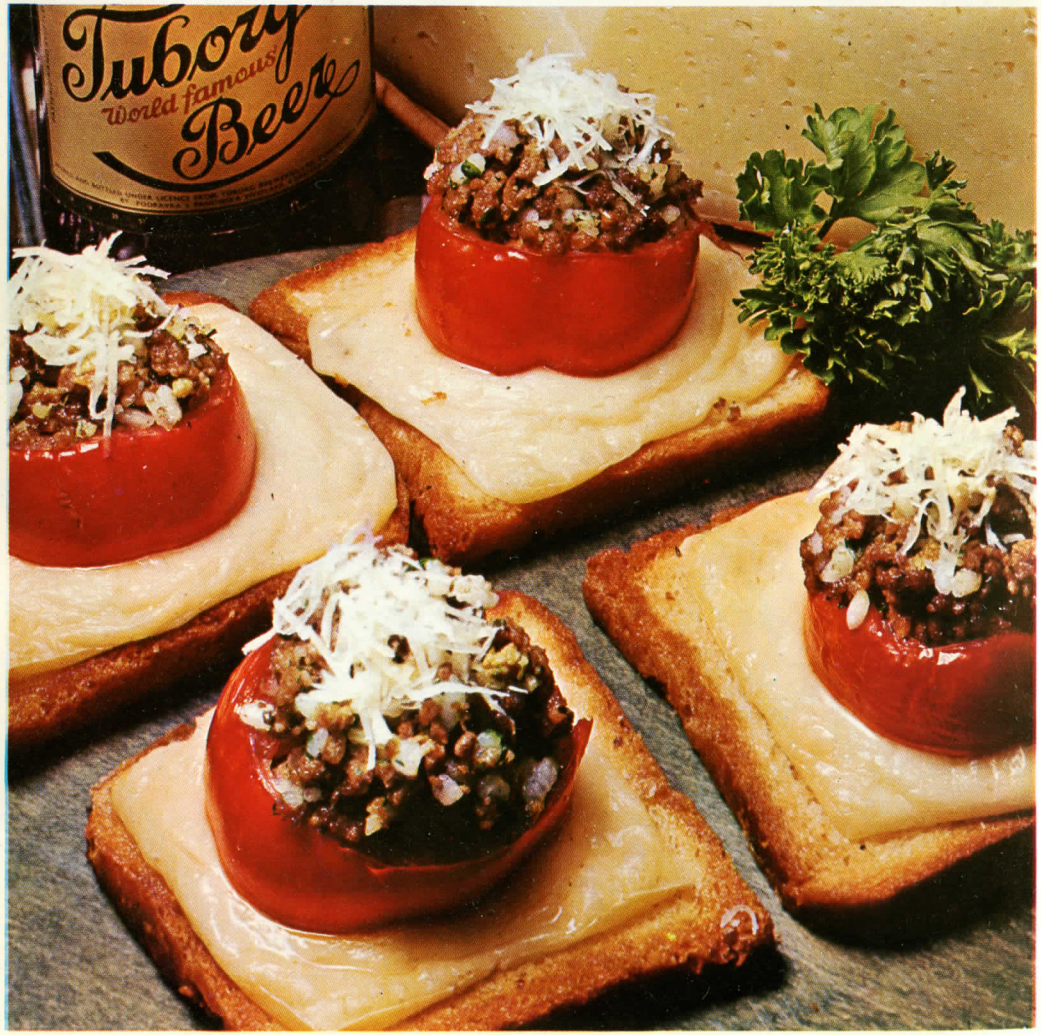
4 kom. rajčica
10 dkg mljevenog mesa
6 dkg margarina ili maslaca
5 dkg luka
½ šalice kuhane riže
papar, sol, zeleni peršin, češnjak
4 ploške kruha
4 dkg maslaca
4 ploške sira
1 dkg parmezana

Rajčicama odrežite vrh, izdubite mekani dio, posolite, popaprite i napunite nadjevom.

Nadjev:

Mjeveno meso ispirjajte na luku, dodajte češnjak, papar, kosani peršin i kuhanu rižu. Ploške kruha premažite maslacem i malo prepecite. Zatim složite u tepsiju, obložite ploškama sira i odozgo stavite punjene rajčice. Zapecite na umjerenoj temperaturi. Prije posluživanja posuti parmezanom.

Može se poslužiti kao toplo predjelo ili manji obrok.



Kosani odrezak »Centar«

30 dkg mljevene govedine
10 dkg svinjetine
⅓ vrećice »Fanta« za kosani odrezak
1 dcl mineralne vode
i žlica ulja
ili
meso u količinama navedeno kao gore, a umjesto »Fanta«:
1 dkg crvenog luka
2 dkg mrvica
1—2 režnja češnjaka
1 žumanjak
1 dcl mineralne vode
1 žlica ulja
za gratiniranje:
10 dkg laks karea
10 dkg gorgonzole

Za ovo jelo potrebno je meso bez masnoće, koje se dva puta samelje i umijesi s gore navedenim začinima prema željenoj varijanti.

Formirajte deblje i veće odreske i pecite na roštilju ili tavi. Na svaki ispečeni odrezak stavite 1—2 ploške laks karea i plošku gorgonzole.

Stavite ponovno u pećnicu, gratinirajte tj. zapecite.

Poslužujte toplo uz pivo ili vino.

Specijalitet od tune

1 kutija »Cmok« mješavine
1 konzerva tune
4 jaja
2 dcl mineralne vode
sol, papar, muškatni oraščić
1—2 dcl »ketchup«-a

Dobro izmiješajte jaja, mineralnu vodu, te dodajte »Cmok« mješavinu, tunu i začine. Sve dobro izmiješajte i stavite u namazani oblik, te pecite u pećnici. Nakon pečenja prelijte »ketchupom« i poslužite toplo uz vino.

Napomena:

Umjesto »Cmok« mješavine možete upotrijebiti kuhani pasirani krumpir (cca 30 dkg) i 6 dkg brašna.

Punjene rajčice

8 kom. manjih rajčica
10 dkg parizera
10 dkg sira (trapista ili sličnog)
2—3 kom. kiselih krastavaca
1,5 dcl kiselog vrhnja
½ vrećice majoneze
sol

Rajčicama odrežite gornji dio, a žličicom izdubite mekani dio. Parizer, sir i kisele krastavce izrežite u tanke rezance i začinite kiselim vrhnjem, u koje je umiješana majoneza.

Sve dobro promiješajte, punite rajčice, te poslužite kao hladno predjelo.

Salata od makarona

30 dkg makarona
10 dkg graška (kuhani)
10 dkg šunke
4 tvrdo kuhana jaja
2 dcl kiselog vrhnja
1 vrećica majoneze
sol

Makarone skuhajte u slanoj vodi, ocijedite i isperite hladnom vodom. Izmiješajte s kuhanim graškom, šunkom izrezanom na rezance i jajima rezanim na ploške.

Začinite vrhnjem i majonezom i poslužite kao hladnu zakusku.

Punjeni šampinjoni

25 dkg šampinjona
8 dkg ulja za pečenje
5 dkg maslaca
6 dkg šunke
3 žlice majoneze
zeleni peršin, sol

Očišćenim šampinjonima odvojite klobučke, posolite, popaprite i pecite na ulju u pećnici.

Stručke šampinjona iskošite i ispirjajte na maslacu, te dodajte sjeckanu šunku, kosani peršin, papar, sol i majonezu.

Pečene klobučke šampinjona složite na tanjur, napunite nadjevom i servirajte.

Ovo jelo možete poslužiti toplo ili hladno.

Čarobni zalogaj

4 ploške kruha
8 pilećih jetrica
10 dkg suhe slanine
4 dkg maslaca
papar

Slaninu izrežite na 16 tankih ploški, a svaka jetrica razrežite na pola. Svaku polovicu umotajte u plošku od slanine, pričvrstite čačkalicom i ispecite na tavi ili roštilju. Ploške kruha ispecite na maslacu, te na njih složite vruće zavitke od jetrica i slanine (predhodno uklonite čačkalice) i popaprite.

Poslužite toplo uz vino ili pivo.

Portugalska salata

25 dkg govedine
2—3 rajčice
2 zelene paprike
10 dkg kuhane riže
ocat, ulje, papar i sol
10—15 crnih maslina

Kuhanu govedinu i rajčice izrežite na kockice srednje veličine. Papriku također izrežite na kocke i lagano pirjajte na ulju. Sve zajedno izmiješajte s kuhanom rižom, te začinite octom, uljem, paprom i soli. Poslužite u staklenim zdjelama ili čašama i ukrasite maslinama.

Pikantna savijača

5 žlica brašna
4 dcl mlijeka
5 jaja
sol

Nadjev:

2 para kobasica (petrinjske ili slično)
1 dcl kiselog vrhnja
peršin, sol, papar
2 dcl kiselog vrhnja za prelijevanje

U kipuće posoljeno mlijeko polagano dodavajte brašno i kuhajte uz neprestano miješanje, dok se ne zgusne. Uklonite sa štednjaka i postepeno dodavajte žumanjak po žumanjak. Na kraju smjesi dodajte snijeg od bjelanjaka.

U dobro namazanu tepsiju, cca 30 x 50 cm, razlijte smjesu i stavite peći u vruću pećnicu. Nakon pečenja izvadite na krpu, te vruće nadjenite i savijte. Ponovno stavite u tepsiju, prelijte kiselim vrhnjem i kratko zapecite.

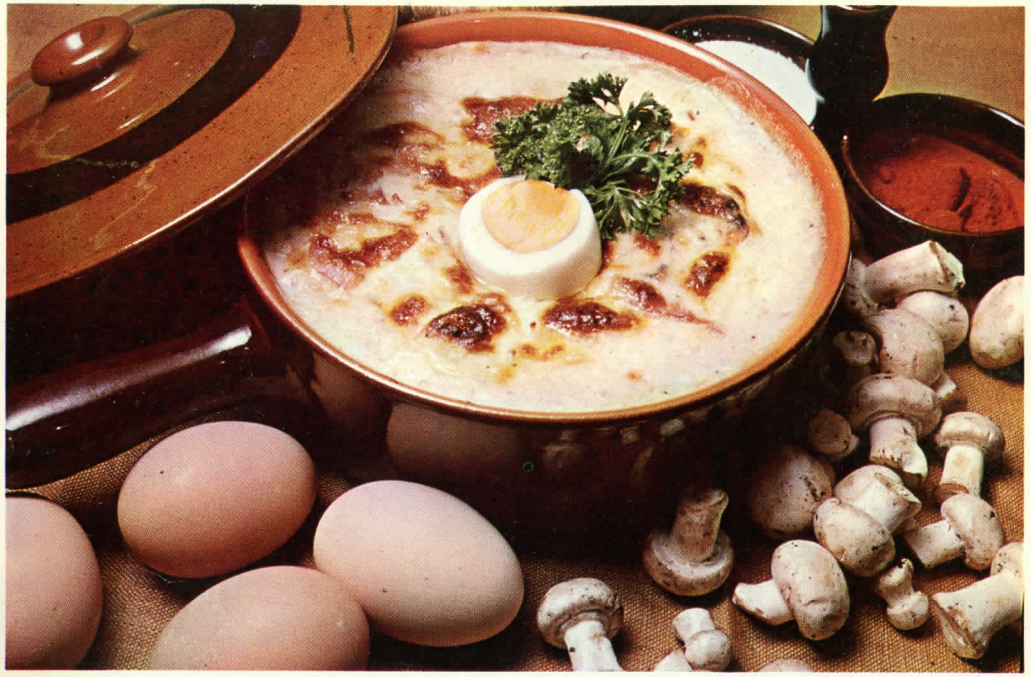
Nadjev:

Kobasice skuhati, samljeti, dodati vrhnje, peršin, sol i papar.

Napomena:

Savijaču možete prirediti ranije, a prije serviranja samo zapeći.

Poslužite uz pirjano povrće ili razne salate.



Jaja u umaku od šampinjona

4 tvrdo kuhana jaja
6 dkg šampinjona
6 dkg šunke
4 dkg maslaca
2 dkg brašna
1 šalica mlijeka
1 vrećica parmezana,
sol, papar, muškatni oraščić

Jaja izrežite na polovice i složite u vatrostalnu zdjelu. Šampinjone izrežite na listiće, a šunku na kockice i kratko pirjajte na maslacu. Zatim dodajte brašno, promiješajte, zalijte toplim mlijekom i prokuhajte. Dodajte pola vrećice parmezana, soli, papra i ribanog muškatnog oraščića. Ovaj umak prelijte preko jaja, pospite ostatkom parmezana i zapecite u toploj pećnici.

Poslužuje se kao toplo predjelo.

Slani nabujak

10 dkg margarina
5 dkg brašna
4 dcl mlijeka
4 jaja
25 dkg sira (»Dimsi«)
papar, sol, muškatni oraščić,
peršin, mrvice.

Na ugrijani margarin dodajte brašno, izmiješajte i dolijte toplo mlijeko. Kuhajte na umjerenoj temperaturi dok se ne zgusne.

Kuhanu smjesu uklonite sa štednjaka i lagano umiješajte žumanjke, ribani sir, ribani oraščić, sol i papar, te na kraju snijeg i sitno sjeckani peršin. Oblik za nabujak dobro namažite margarinom, pospite mrvicama i istresite smjesu. Pecite na umjerenoj temperaturi.

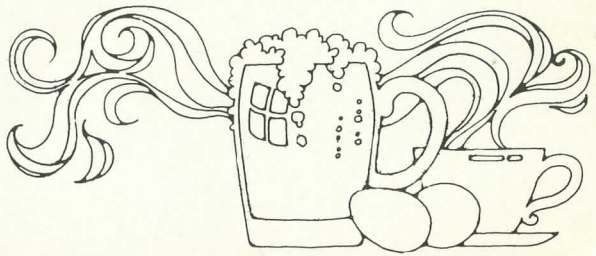
Poslužujte toplo s tartar umakom, salatom, te kao posebni prilog uz mesno jelo.

Topli sendvič

15 dkg sira trapista
15 dkg šunke
3 jaja
2 dkg parmezana
peršin, sol, papar
1,5 dcl kiselog vrhnja
8 ploški kruha
½ dcl mlijeka

Izribajte sir, šunku izrežite na rezance i dodajte izmiješana jaja, parmezan, peršin, sol, papar i kiselo vrhnje. Sve dobro izmiješajte da bude kašasto. Svaku plošku kruha zamočite u mlijeko, složite na namazanu tepsiju i na kruh stavljajte 2—3 žlice navedene mase. Sve stavite u vruću pećnicu da se zapeče.

Poslužite toplo uz čaj, pivo ili vino.



Slana torta

1 pečeni kruh

Nadjev:

20 dkg maslaca
15 dkg šunke
20 dkg sremske kosabice
15 dkg sira »Bilogorac«
4—6 kom. kiselih krastavaca
3 tvrdo kuhana jaja
½ kutije sardina, peršin, sol

Ukrasiti sa:

10 dkg šunke
5 dkg maslaca
5 dkg sira
1 jaje
zeleni peršin, crvena paprika

Od ½ kg brašna ispecite kruh u posudi od 2 litre ili kupite kruh pečen u tepsiji.

Tanko odrežite gornju koru i izdubite nožem sredinu, tako da ostane svega 1 cm kruha. Šunku, kobasicu, sir, jaja i sardine izrežite u male kockice. Krastavce i peršin iskošite i sve stavite u pjenasto izmiješani maslac. Smjesu dobro promiješajte i dobro napunite kruh do vrha. Ostavite kruh u hladnjaku nekoliko sati. Nakon hlađenja ukrasite po želji i režite kao tortu.

Salata od riže

20 dkg riže
1 vrećica majoneze
1 kiselo vrhnje
sol, papar, senf

Rižu skuhajte u većoj količini slane vode, ocijedite, te isperite hladnom vodom. Nakon toga izmiješajte s majonezom, kiselim vrhnjem, soli, paprom i senfom. Ovo se jelo poslužuje hladno uz neki hladni narezak, (kuhanu vratinu, šunku, svinjski pečeni kare itd.).

Piknik zalogaj

1 smrznuto lisnato tijesto
5 dkg sremske kobasice
10 dkg šunke
6 dkg sira (trapist, »Dimsi« ili slično)
1 tvrdo kuhano jaje
»ketchup«, peršin i 1 žumanjak za premazivanje

Odmrznuto lisnato tijesto razvaljajte tako, da možete izrezati 8 četvorina. Svakoj četvorini u sredinu stavite malo »ketchup«-a od rajčica, zatim kosanu šunku, kobasicu, sir, jaje i na kraju pospite peršinom. Četvorine zatvorite, premažite žumanjkom i odozgo ukrasite unakrsnim trakama od ostatka tijesta.

Ponovo premažite žumanjkom i izbodite viljuškom na nekoliko mjesta, da se pri pečenju voda prije ispari. Stavite peći u ugrijanu pećnicu.

Poslužuje se toplo uz pivo ili vino.

Punjeni uštipci

Tijesto:

¼ l vode
12 dkg margarina
12 dkg brašna
5 jaja
sol

Nadjev:

4 dcl slatkog vrhnja
2 vrećice ribanog parmezana
kosani vlasac, sol

U ključalu vodu stavite margarin, lagano umiješajte brašno i kuhajte kratko vrijeme dok se tijesto ne odvaja od kuhače. Uklonite sa štednjaka i postepeno umiješajte jaje po jaje.

Stavite hladiti cca 1 sat i nakon toga na namazanu tepsiju stavljajte hrpice tijesta i pecite. Pečene uštipke ohladite i zarežite po polovini i punite nadjevom.

Nadjev: u tučeno slatko vrhnje (šlag) umiješajte parmezan, sol i kosani vlasac.

Punjena šunka

20 dkg kuhane šunke (8 ploški)
20 dkg sira (»Podravac« ili slično)
brašno, jaje i mrvice za paniranje
10 dkg ulja za prženje

Sir izrežite na krupnije štapiće. Na svaku plošku šunke stavite štapić sira i zavijte. Svaki zavitak uvaljajte u brašno, jaje i mrvice i pržite u vrućem ulju.

Poslužite toplo s tartar umakom ili svježom salatom.

Medaljoni s kremom od gorgonzole

40 dkg mljevenog mesa (dva puta mljeveno)
1 žumanjak
2 dkg luka
1 režanj češnjaka
5 dkg mrvica
sol, papar, peršin, muškatni oraščić
1 jaje za premazivanje

Krema:

15 dkg gorgonzole
5 dkg margarina ili maslaca
1 žličica ribanog celera
sol

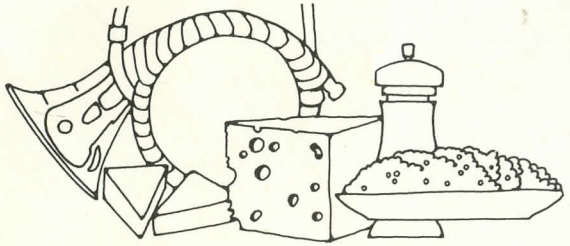
Mljeveno meso izmiješajte sa žumanjkom, mrvicama, sitno kosanim lukom, češnjakom, peršinom, soli i paprom. Dobro izmiješanu smjesu razdijelite na dva dijela i formirajte u male štruce.

Stavite u tepsiju, prelijte uljem i namažite jajem. Stavite peći u pećnicu. Pečene štruce ohladite, izrežite u medaljone i ukrasite pjenastom kremom od gorgonzole.

Krema:

Maslac i gorgonzolu pjenasto izmiješati, dodati sitno ribani celer i sol po želji.

Kuglice od sira



30 dkg svježeg kravljeg sira
5 dkg dimljenog sira »Dimsi«
2 kocke ili trokuta nekog topljenog sira
1 žlica parmezana
sol, papar
vlasac, peršin i crvena paprika za ukrašavanje

Pjenasto izmiješajte svježi kravlji sir. Tome dodajte ribani dimljeni sir, topljeni sir rezan na kockice, žlicu parmezana, sol i papar. Formirajte kuglice i svaku po želji umočite u crvenu papriku, kosani vlasac ili peršin (umakati samo gornji dio).

Složite na odgovarajući pladanj. Ukrasite po želji i poslužite.

Šarena salata

15 dkg mrkve
10 dkg rotkvice
5 dkg celera
15 dkg zelene salate
10 dkg luka
2 dcl kiselog vrhnja
½ vrećice majoneze, sol

Mrkvu i celer krupno izribajte. Rotkvicu i luk izrežite na kolutiće, a salatu na krupnije rezance. U vrhnje umiješajte majonezu, dodajte sol i prelijte preko povrća neposredno prije posluživanja. Sve lagano izmiješajte i poslužite u staklenim čašama ili zdjelama.

CED
Centar za Ekonomiku Domaćinstva

Cijena 20 Din.